

# 2026年6月 プログラムスケジュール 桶川店

	月	火	水	木	土	日
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
10:00						
11:00	10:30 (45) 梶井 <b>フイタボティ</b>	11:00 (45) 梁井 <b>ZUMBA</b>	10:30 (45) 梁井 <b>BOXING BEAST Yellow</b>	10:30 (45) 大塚 新ver. <b>骨盤ほぐしYOGA</b>	10:30 (45) 嶋村 <b>ZUMBA</b>	10:30 (45) 細田 新ver. <b>夏のハタヨガ</b>
12:00	11:45 (30) 梁井 バランスボール30	12:15 (45) 梁井 <b>FLORIC</b>	11:45 (45) 梶井 <b>EJ Light</b>	11:30 (45) 大塚 <b>FLORIC</b>	11:45 (45) 梁井 新ver. <b>TARGET ABS</b>	11:45 (45) 黒須 <b>EJ Light</b>
13:00	12:45 (30) 梶井 <b>TARGET HIP</b>		13:00 (30) 梶井 ダンベル&チューブ	12:45 (45) 山田 <b>ZUMBA</b>	13:00 (45) 梁井 新ver. <b>fine PILATES</b>	13:00 (45) 山田 <b>BOXING BEAST CMF</b>
14:00	13:45 (45) 梁井 <b>EJ Light</b>	13:30 (45) 黒須 <b>フイタボティ</b>	14:15 (45) 細田 新ver. <b>夏のハタヨガ</b>	14:00 (30) 梁井 限定 <b>Fighting ステップ</b>		
15:00						
16:00	 <p>6月 START ターゲットアブス <b>TARGET ABS</b> ウエスト <b>Shape</b> ウエストシェイプ ウエストにメリハリ!</p>			 <p>6月 START 6つの感覚を磨け。 <b>6 SENSE</b> 接地 空間 連動 反応 リズム 脱力 <b>LADDER Bee</b> ラダービー ノリノリな楽曲が新たに登場!</p>		
17:00						
18:00						
19:00	19:30 (30) 山田 限定 <b>Fighting ステップ</b>	19:30 (45) 黒須 <b>EJ Light</b>	19:30 (45) 山田 新ver. <b>LADDER Bee</b>	19:30 (45) 上原 <b>EJ Light</b>	19:30 (30) 黒須 <b>TARGET HIP</b>	19:00 閉館 (トレーニングは18:50終了)
20:00						スタジオ 定員 65名 45分間
21:00	20:30 (45) 山田 <b>ZUMBA</b>	20:30 (45) 山田 新ver. <b>TARGET ABS</b>	20:30 (45) 黒須 <b>ZUMBA</b>	20:30 (45) 黒須 <b>BOXING BEAST BLUE</b>	20:30 (45) 黒須 <b>BOXING BEAST RED</b>	ヨガ LADDER Bee Fightingステップ 定員 46名
22:00						ターゲットHIP fine PILATES 定員 32名 バランスボール ダンベル&チューブ 定員 30名
						スタジオ予約 毎月25日 受付開始日時 22:00-

23:00 閉館 (トレーニングは22:50終了)